禪修問答

恒興法師

2014年8月31日晚間於金佛聖寺

在這個金光明經懺的法會，我要說一下齋天的出處。這個齋天是從《金光明經》摘錄出來的。經上有一位天人他聽見佛說般若法門之後就發願要護持修行這個般若法門的行人，還有那些供養三寶和供養他的行人，給他們足夠的資糧和暗中幫助他們成就。他是一個大功德天。

佛講般若法門講了 22 年時間，在講經法會裡面這個般若法是講得最長時間，也是佛法裡面最重要的一個部份。《般若經》有很多卷，例如《大般若經》有 600 卷，小品般若，大品般若，《金剛般若波羅蜜經》，還有《楞嚴經》，大家都很熟，都算是般若部。在古代每逢皇帝為國家求福就一定會誦《仁王護國般若經》。在香港有好幾次佛誕的時候都從大陸請來了佛的舍利來供養。在香港曾經請過佛的頂骨舍利、佛的手指舍利、還有佛牙舍利。在香港紅磡體育館公開給市民瞻禮，每個人都可以頂禮佛的舍利。在那個時候就會安排誦這部《仁王護國般若經》。可想而知這部般若在佛的教化裡面是多麼重要。

在《大乘理趣波羅蜜經》裡面講淨戒波羅蜜的時候有這樣的解釋。如果行人修六度萬行，能夠以般若智慧持戒的話，這就叫持戒波羅蜜。不然的話就只能說是受持淨戒。不算波羅蜜。波羅蜜的意思是到彼岸。這個《金光明懺》是慈雲大師制定的。在《金光明經》裡面輯錄了包括請聖以及諸天，請這些聖者來道場受供養。不單只有香花和飲食，最重要的是法的供養。這個法的供養是從金光明經裡面輯錄出空品，以這個空品作為法的供養去供養三寶和諸天。

禪宗的法門也是講般若法門。所以禪宗是從般若的部份伸展出來的。在南傳的法來說，在三十七道品裡面的四念處 -- 身，受，心，法。觀身不淨，觀受是苦，觀心無常，觀法無我。就是以觀法無我這個修持法衍生出禪宗這個宗派。這是在南傳的位置上說。

如果從大乘的位置上說就是屬於般若。譬如《金剛經》上說“無人相，無我相，無眾生相，無壽者相。”這些也是在說人空、法空。是屬於般若的部份。

就像前幾天我們講的中道了義，是分三個部份來講這個中道的法。從六諦上說，上次是以筆來做比喻，第一個說法是：筆，第二個說法是：不是筆，第三個說法是：它的名字叫做筆。這就叫中道了義，也是般若的部份。

剛剛大概將般若的法和禪宗的關係和大家講了一下，大家對禪宗參禪的方法在用的時候有什麼需要了解的可以提出來大家一起探討一下。

問答時間

佛友問：參禪是最利的一個法門，但如果有人提出說這個法門也是最容易走火入魔的，我們應該如何對答？

興法師答：這個法門是很利，我們也把它抬得很高，最主要的是著手的時候是很難觸摸。其他法門都有一個東西讓我們執持。比如我們念佛，會有一個佛讓我們去念；修密就更多，會有一個咒讓我們去念；觀想的話，會有一個觀想的對象讓我們去觀想，或者是觀想佛，或者壇城。還有我們可以聽聲音，聽咒，心裡觀想。這樣有法讓我們執持。唯獨禪宗是講這個空，掃光所有的東西，空無一物。所以我們就不知道要怎麼著手。但如果你能了解它的話，就不會覺得那麼難下手。

至於有人說參禪最容易著魔。著魔跟修什麼法門沒有關係，而是跟人的心有關係。如果我們用有所求的心去修。就是說修這個法要得到什麼境界。一用這種有所求的心去修的話就很容易出問題。如果沒有這種心，修行就是修行。修行是為了去掉自己的習氣毛病，觀察自己內在的心性是怎樣的。將我們心性以外的東西都不要，譬如貪瞋癡，貢高我慢，我見，我執，還有更多毛病。我們要觀察自己有沒有這些問題。如果你是很清楚自己的心，自己的目標方向，能正確掌握的話，就不會有什麼問題。自己會越修越清淨，越修越柔順。為什麼呢？因為修行的時候將我執、我見清除。越修應該越清淨、越柔和、越隨順。更加不會要求什麼。當我們自己一要求什麼境界之類的時候，就已經不符合參禪的準則。我們要見到自己本有的自性，挖掘我們本有的智慧。這些我們本來就有的，不是求來的，不是從外面得來的。這沒什麼奇怪，特別，或者可以耀武揚威的。根本不需要覺得自己比別人特別高貴。我們現在應該覺得自己很慚愧。所以你要是了解禪宗的話是不會走火入魔。如果不了解，修什麼法都會容易出問題。也有人在南華寺修念佛法門，雖然是在禪宗的道場，但是由於他自己放不下自我，結果修出問題。在以前有很多這樣的例子。無論是修念佛也好，或者其他的法門，當我們有所求的時候都是屬於貪瞋癡裡面習氣。這些習氣我們不對治，反而用它們去修行，那一定會著魔。所以修行修任何法都是一樣，不要有奇特的想法，要抱著一種慚愧的心去好好用功。正如佛在《楞嚴經》上說“汝在妙覺中，彼在塵勞外，何能奈汝何”。意思是你在般若的智慧觀照之中，它（魔）是在塵勞裡面，在俗世中，它又怎麼能夠傷到你呢。用刀和光來比喻，用刀砍光，刀怎麼能砍傷，砍斷光呢？不管刀如何砍，光還是光。所以我們修行有問

題的時候不是法有問題，而是心有問題。當心有問題的時候修任何法都會有問題。念佛、參禪、持咒都是一樣的，問題是在心裡面。

這個問題大家用自己的智慧去想一下，用自己的心去接觸一下，是不是這樣？合不合理？如果自己能掌握自己的心，掌握這個法，清楚什麼是修行的時候，那麼自然對修行上所發生的事情自己就能夠理解，道理自己能看得懂。

佛友問：法師你說用慚愧心去修行，我想請法師舉例怎樣用慚愧心修行？人與人之間有矛盾發生的時候我最多只能不說話，但自己並沒有看透。心裡怎樣才能做得很自然呢？

興法師答：這是我們的煩惱，習氣。我們之所以是凡夫就是因為我們有分別心，而且這個比較的心是來的很快，可以說是防不勝防，我們總是互相比較。所以就會覺得有大有小，有長有短。要觀察這種習氣什麼時候出來的，什麼時候弄得那麼不可收拾呢？為什麼會養成這樣的習氣呢？我們為什麼要和比我們低級的比呢？而不和佛菩薩、羅漢、聖人、和我們認為比我們高的人去比較呢？這就是我們的障礙，我們之所以是凡夫的原因。我們在這個世界，一出娘胎就已經有感覺了。有冷有暖。在母親的身體裡覺得很溫暖，一出來就很冷。被打幾下，甚至會痛到哭。我們這種分別從小就有。小時候覺得有大人有小孩，有長有短，有高有矮。出社會以後覺得有貧賤，有富貴，有窮人，有富人。

在這個世間我們習慣了去分別。佛法教我們平等。如果我們要比較，我們就和佛比較。大家都是眾生，為什麼佛能成佛，我們還是凡夫。我們應該很慚愧。我們為什麼不和佛比，而要和比我們低趣的比呢？無非是認為自己了不起。這就是我們的習氣，無始以來就有，從很久很久以前就形成了。我們要認識它，放下它才能得到解脫。如果我們不認識它，就不會放下它，不放下就永遠有分別。有痛苦，有快樂。快樂不是永遠的快樂，只是暫時的快樂，快樂完了又會有痛苦。這是相對的。有得到就有失去，得到的時候很快樂，失去的時候就痛苦。其實這些道理是很普通的，只是我們有沒有觀察到，了解到。當我們這樣做的時候，這些不好的習氣慢慢就會一點點剝落。

佛友問：禪門弟子應該參話頭還是應該念佛？人家要開悟的話要麼參話頭，要麼念佛。沒有一會參話頭，一會念佛的。我們人生的時間有限，我不知道要怎樣修。

興法師答：過去的大德很慈悲，他們的智慧不是我們現代人可以想像得到的。他們的著作很多。他們很深入的了解這些法門以後，寫出很精細的著作，讓後人可以很

仔細認識，深入修持。如果我們有那樣的能力，就是說很喜歡專研哪一宗，哪一派的道理，如果有能力的話，可以去專研。佛當初所說種種的法都是佛法，沒有哪一個宗，哪一個派。你喜歡哪一個方法，你就用哪個方法幫助你自己了解自己。也就是說幫助自己覺悟。哪個適合自己就用哪個。不需要一個什麼名堂的。這個門派是過去的大德專研某一種方法而寫出種種的道理，這是一種方便。讓後人可以專注某一種方法。在某種方法上得到心得，而用功修行。並不是教我們去支持某一個方法。你覺得哪一個方法適合自己，能幫到自己，你就用那個方法。

參禪開悟。開悟不是參禪的專利。現在講清楚，開悟不是禪宗的專利。你念大悲咒也可以開悟的。有很多的例子，過去的有，現在的也有。禪宗的大德念大悲咒，閉關念到第一百天就開悟。還有大德念佛，修般舟三昧，也就是念佛三昧。走到精疲力竭，結果跌倒，在還沒跌到地上的時候就開悟了，就在那一剎那開悟。開悟不是禪宗才能開悟。你修任何法門只要把心逼到盡，就否極泰來，所謂“人心死，道心生”。開悟不是什麼方法的專利。方法是將心逼到盡，退無可退，前面沒有路，後面也沒有路。就在這時妄想心無路可走，它就會自己放棄，它自己不能再承受壓力，到達盡頭的時候它就會破。那自然自己的本性就會顯露出來。

所以你覺得哪個法門可以攝心，你就用哪個法門。不一定要只參禪或者只念佛。你喜歡念佛就可以念佛。參禪的人也可以往生淨土，往生淨土也不是念佛的人的專利。所以我強調佛法是整體的。想覺悟，不想覺悟的人都可以用種種方法。你是禪宗的人，你才可以修禪宗，不可以修其他宗。佛沒有這麼說。你學戒你才可以搭衣。你受戒了就自然要搭衣。沒有專利的。學禪的人也可以涉獵天台，可以涉獵密宗，如果你想多認識的話。你有能力你就可以去認識其他法門，沒有的話就專一。參一句念佛是誰，或者念大悲咒，楞嚴咒，終生修持，一定有著落的。我們就是換來換去才會沒有著落。這是因為我們有比較，有分別。

看自己的興趣在哪裡，哪一個方法和我們相應，那我們就抓緊那個方法。法門是讓我們專一練功夫。能夠專心致志的修行，得到定力。得到定力的時候，智慧會隨著定力的深淺一步一步提升。你自己可以察覺到。以前不明白的事情，現在明白了。在修習的時候開了一點智慧。那什麼時候可以開大智慧呢？就要看我們下多少本錢去修。你能夠放得下世間的名利、飲食、或者是身體的覺受，專心修行。以前很多大德居士都有開悟。最著名的是龐蘊居士，一家人都開悟了。就算在民國的時候都有很多大德開悟，就看大家有沒有機會結識到。他們的智慧是有一個特別的見地。我們修行就是觀察自己習氣毛病，將我們的習氣毛病去除，不要讓它干擾到我們的修行。你的功夫越深就越放得下自我，你除去習氣的力量就越強大。得到的智慧就相對增加。

佛友問：耳根與參禪的關係？比如《楞嚴經》裡觀音菩薩以耳根圓通來修法。耳朵怎樣聽裡面，不聽外面？

興法師答：耳根圓通就是參禪，就是反聞聞自性。那怎麼可以聽裡面，不聽外面呢？就是參禪去注意裡面的東西，注意自己本來的自性，自己的心性。聽是一個表達，實際的意思是要我們注意，留意自己的本性。就是用心注意裡面，不注意外面。反聞聞自性這個“聞”字在古代來說是當“知”字來解釋。